

DIÁRIO DO TEMPO

*Newsletter mensal da Universidade do Envelhecer
UniSER*



Entrega dos brinquedos da campanha de natal

Guia pratico do natal
UNISER ENSINA

mensagem especial da UniSER
FELIZ NATAL

entrevista com o escritor
EVERARDO AGUIAR

Feliz Natal da UniSER

Que o amor
e a união
sejam os
principais
ingredientes
de sua noite
de natal!





UM GUIA DE COMO APROVEITAR O SEU NATAL

FAÇA LISTAS

Para não esquecer convidados e de alguns pratos e itens específicos, faça listas de tudo aquilo que irá precisar. Decoração, amigos, família, comidas e músicas são algumas das listas que você pode fazer para deixar sua vida um pouco mais cheia de amor.



NÃO PODE FALTAR SOBREMESA

Fica mais legal quando todo mundo participa! Sugira aos convidados que cada um leve um prato de sua escolha, assim é possível experimentar momentos e sabores diferentes. Tente pensar nos convidados que não ingerem carne vermelha ou possuem alguma restrição alimentar, oferecendo uma alternativa aos pratos principais. Não esqueça das bebidas e das sobremesas: elas deixam a ceia ainda mais completa.

TODO MUNDO AMA UM PRESENTE

Reserve um momento da noite para fazer a esperada troca de presentes, que não precisam ser algo de alto custo, lembre-se que podem ser feitos a mão por você. O famoso "amigo oculto" pode ser de: canecas, troca de cartinhas, chinelos, livros, ou até mesmo solidário para ajudar pessoas em vulnerabilidade social. Peça aos seus convidados para que deixem todos os presentes embaixo da árvore de Natal para deixar o clima ainda mais especial.



A CASA TAMBÉM ENTRA NO CLIMA

O que marca o início de natal é a parte da decoração, se una com os familiares para montar a árvore de natal e aproveite para decorar os todos os cantinhos de sua casa. Utilize as luzes pisca-pisca LED, pois são mais seguras por não aquecerem e econômicas por seu baixo consumo de energia. Para complementar, utilize guirlandas personalizadas na entrada, guardanapos, copos, taças e pratos também com tema natalino.

O MAIS IMPORTANTE

Não deixe de chamar quem você ama. O natal é uma época de alegria, perdão e paz. Então, corra para convidar aquela pessoa especial e troque esse momento incrível com seus familiares, amigos e todos aqueles que merecem um espaço no seu coração. Lembre-se de usar máscaras de proteção!



ENTREVISTA COM O ALUNO EGRESSO DA UNISER



ESCRITOR EVERARDO DE AGUIAR LOPES

Everardo de Aguiar Lopes, educador social, autor do Livro "Redes Sociais Locais". É coordenador do Movimento Amigos da Paz, idealizador e executor dos projetos: Olhar a Cidade, Vamos a Pintar a Vida, Mapa do Bem, Direito de Cidadania, Desarme o Interior, Desenvolvimento é Paz, Um Olhar Para o Futuro! e a Metodologia Espaço Público Saudável.

Como foi a sua experiência na UniSER?

"A minha experiência foi muito interessante e muito engraçada, porque no primeiro momento eu queria conhecer, eu queria ter uma experiência com pessoas da minha idade. Eu já tenho 65 anos e na época eu me relacionava muito mais com pessoas mais jovens focado em atividade profissional. Eu queria ter experiências com pessoas da minha idade, para começar a entender o envelhecimento. Eu já tinha há muitos anos uma compreensão, mas não tinha prática, então a minha experiência foi motivada por uma convivência com pessoas da minha idade. A carga horária é bastante significativa e livre, porque não tem uma formação acadêmica regular e a dinâmica da UniSER facilitou a continuar no curso."

"A minha turma do ano de 2018 e 2019, era uma turma que eu também me identifiquei muito. Várias pessoas com o propósito muito parecido que diz respeito a questão do envelhecimento, e ao mesmo tempo muito simpática, muito aberta para os novos conteúdos, para as novas dinâmicas, muito aberto para o futuro e isso me ajudou. Claro que o corpo docente, as dinâmicas, as disciplinas ajudaram. No geral a UniSER foi um portal importante para mim no que diz respeito à minha interação com essas faixas etárias a partir dos 60 anos."

De onde veio a inspiração do seu livro, Redes Sociais?

"Eu sempre fui um educador social, me considero educador social há pelo menos 30 anos e nos últimos 15, 17 anos eu tenho me dedicado em Brasília - todo território, que o pessoal chama de regiões administrativas - a estudar, a investigar quais são os equipamentos públicos que estão no território do DF. Eu questiono o conceito de territórios para implementar a política pública. Para mim, os meus estudos, a minha experiência, tem me levado a dizer que Brasília é um só território com várias especificidades locais."

"O meu livro é um relato da minha experiência, que é conhecer os equipamentos públicos, saber quais são esses equipamentos públicos e a porta de entrada para as populações que mais precisam do Estado. Por outro lado compreender o que eu chamo de fluxo local para a efetivação da política pública. Então o que eu tenho estudado nesses anos todos, que inspira o meu livro, é mostrar esses equipamentos públicos, mostrar a possibilidade do acesso e a importância da política pública ser integrada à partir das localidades".



"NOSSAS VIDAS IMPORTAM PARA A HISTÓRIA DO BRASIL, PARA A HISTÓRIA DAS RELAÇÕES SOCIAIS E PARA A HISTÓRIA DAS PESSOAS"

Conte-nos um pouco sobre o projeto Vidas Idosas Importam.

"Vidas Idosas Importam é do fórum de defesa da pessoa idosa do Distrito Federal e saiu essa palavra de ordem que eu achei muito interessante, porque eu acho que nesse momento em que estamos vivendo, é muito necessário a gente dar visibilidade a questão da pessoa idosa. Dar visibilidade significa que nós importamos. Eu falo que nós temos que contar as nossas histórias, as rugas, os meus cabelos brancos e os meus limites, são justamente porque eu consegui conquistar várias questões do ponto de vista democrático, da afetividade, da minha atividade profissional e da minha resiliência, então essas vidas importam sim. Brasília tem aproximadamente 360 mil idosos e nós não temos por exemplo, nenhuma instituição de longa permanência 100% do Estado. Ainda existe muito preconceito, muito ageísmo no que diz respeito sobre a questão da intergeracionalidade, então nós temos que dizer que nós não só nos importamos com os outros, como as nossas vidas importam para a história do Brasil, para a história das relações sociais e para a história das pessoas. A minha história interessa a minha filha, interessa a filha do vizinho, interessa você, interessa qualquer pessoa porque eu me orgulho da minha história. As nossas vidas importam porque chegamos até aqui dando o melhor de nós."

*Vidas
idosas
importam*

Comentários Finais

"O mais importante fica aqui para os futuros colegas da UniSER da qual eu tenho profundo carinho, profundo orgulho, não só dos colegas da sala de aula, mas do corpo docente, porque a gente criou laços de respeito, amizade e de sinceridade quando nos colocavam na posição não só de aprendiz como também de ensinamento e de exemplo. Fica aqui a minha mensagem de que todas as pessoas que possam e tenham essa oportunidade de estar na UniSER estejam atentos ao conteúdo, as experiências, atentos a fortalecer os seus laços de relacionamento e faça isso de coração aberto. Fica aqui a minha mensagem de entusiasmo, de alegria, de afeto e acreditar que nós teremos com os nossos esforços, dignidade na velhice".

Gostou? Para escutar a entrevista completa com o Escritor Everardo Lopez acesse pelo QR code a seguir:



CAMPANHA DE NATAL 2021

A Universidade do Envelhecer (UniSER) da UnB lançou a segunda edição da campanha “Novo Natal”, com o tema deste ano sendo “a intergeracionalidade de mãos dadas para fazer o bem”. Em meio à pandemia, a campanha contou com a mobilização de várias pessoas para arrecadar 350 brinquedos para doar a crianças em vulnerabilidade social de algumas instituições no Distrito Federal.

Essa já é uma tradição da UniSER há 6 anos. Além de aumentar o número de arrecadações de brinquedos, a cada ano move-se no intuito de atender um número maior de entidades beneficiadas.

A entrega dos brinquedos deste ano aconteceu em dois dias, no dia 17/12 para 150 crianças do Instituto Dandara em São Sebastião e no dia 18/12 para 200 crianças na ONG Resgate da Vida no Paranoá. A programação do evento contou com a participação da madrinha da UniSER, a Deputada Paula Belmonte, e com os contadores de história, Meg e Edson, nossos colaboradores. Agradecemos toda a equipe, doadores e a Brinkpell (Loja parceira) pelo esforço para promover o bem.



Assim, a UniSER promoveu a magia do Natal, época que os sentimentos bons são aflorados e os abraços mais apertados e demorados! Orgulhamos de termos feito parte desse momento o qual promoveu o sorriso de crianças e adultos. E nesse clima de alegria queremos desejar um Natal cheio de bênçãos com muitos encontros, afinal a pandemia separou famílias e amigos. É chegada a hora tão aguardada! Que o verdadeiro sentido do Natal seja percebido e sentido não só agora, mas também durante todos os dias do ano!



O QUE VEM POR AÍ



- **Dezembro** - Campanha de arrecadação de brinquedos - Projeto Novo Natal da UniSER - Parceria com a Brinkpell

FORAM 350 BRINQUEDOS DOADOS!!

- **Abertura de novas turmas da UniSER**

Período de inscrição: 16/11/2021 a 04/02/2022

Homologação de inscrições: 06/02/2022

Período de matrícula: 11/02 a 15/02/2022

Início das aulas: 14/03/2022

Onde se inscrever?

www.uniserunb.com/edital-n-1-2022

Gostaria de sugerir algum tema?

Nos envie sua sugestão através do e-mail: unisercomunica@gmail.com

Coordenação da Newsletter

Thays Nunes Silva

Edição e Roteiro

Thays Nunes Silva

Ricardo de Oliveira Ferreira

Valquiria Timóteo da Silva

Dyego Ramos Henrique

Revisão

Kerolyn Ramos Garcia

Margô Gomes de Oliveira Karnikowski



RECORDAÇÕES



Entrega dos brinquedos 2017



Entrega dos brinquedos 2020



Entrega dos brinquedos 2020



Entrega dos brinquedos 2021